

– AÇÃO DE FORMAÇÃO DE CURTA DURAÇÃO: “INICIAÇÃO AO RUGBY EM CADEIRA DE RODAS E AO PARA-POWERLIFTING”

- CENTRO DE MEDICINA DE REABILITAÇÃO DE ALCOITÃO (CASCAIS) – 24 DE JUNHO DE 2022

Enquadramento:

É fundamental apostar nas competências dos profissionais que intervêm junto de pessoas com deficiência, no que diz respeito às áreas da atividade física e desporto adaptado. Assumem particular importância os Técnicos das áreas da Reabilitação, Saúde e Desporto, assim como os professores do ensino básico e secundário, com especial relevo para os de Educação Física e de Educação Especial. As competências a adquirir por estes profissionais nas áreas da atividade física e desporto para pessoas com deficiência são determinantes para contribuir o mais cedo possível na atuação e operacionalização de atividade física e desportiva ao nível dos alunos com necessidades educativas e formativas dos alunos com deficiência e das pessoas que tenham sofrido uma lesão, devendo ser integradas no seu processo de reabilitação ou no acompanhamento após a alta clínica.

Também a continuidade da formação dos vários responsáveis é imprescindível para consolidar saberes, aprofundar atitudes e aumentar a autoconfiança dos professores, com vista a uma verdadeira mudança e atualização nas suas práticas proporcionando à pessoa com deficiência uma melhor e verdadeira inclusão na sociedade, onde o desporto se assume como um agente de inclusão preponderante.

Além da formação para os profissionais, é preponderante que esta abranja igualmente os estudantes das áreas relevantes para esta temática, para que se sintam preparados ao iniciar a sua intervenção profissional, tendo presente a importância da atividade física e prática desportiva.

A ação que a FPDD pretende realizar no Centro de Medicina de Reabilitação tem como alvo primordial os desportos para pessoas com deficiência motora que a federação se encontra a desenvolver, dando-se destaque a duas modalidades paralímpicas que estão numa fase inicial de desenvolvimento no nosso país: o Rugby em Cadeira de Rodas, vocacionado para pessoas com os 4 membros afetados; o Para-Powerlifting, vocacionado para pessoas com afetação ao nível do(s) membro(s) inferiores. Além de dar a conhecer as modalidades e os seus princípios fundamentais, pretende-se que alguns praticantes possam também testemunhar da importância das mesmas para a sua vida quotidiana.

Esta Ação de Formação é integrada no Projeto “IDI – (In)Formar e (Des)Envolver para Incluir”, dinamizado pela FPDD, cofinanciado pelo Programa de Apoio a Projetos pelo INR, I.P. e pelo IPDJ, contando com o apoio de entidades locais, nomeadamente o Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão e da Câmara Municipal de Cascais.

Objetivos a atingir

- Sensibilizar os formandos para a importância e benefícios da prática de desporto na população com deficiência;
- Fornecer ferramentas de trabalho aos profissionais e estudantes nas áreas do Desporto, Reabilitação, Saúde e Educação para a importância da operacionalização do desporto e atividade física para pessoas com deficiência;
- Abordar modelos e estratégias de trabalho que possibilitem uma intervenção no âmbito da implementação de desporto e atividade física para pessoas com deficiência;
- Dar a conhecer as modalidades de Para-Powerlifting e Rugby em Cadeira de Rodas a profissionais que tenham intervenção com pessoas com deficiência ou necessidades especiais, assim como a potenciais praticantes;
- Dar a conhecer regras e regulamentos fundamentais do Rugby em Cadeira de Rodas e Para-Powerlifting;
- Desmistificar alguns conceitos relativos à atividade física e desporto para pessoas com deficiência;
- Promover os Valores e Princípios da Ética no Desporto, nomeadamente no que concerne à Não Discriminação e Igualdade de Oportunidades;
- Informar acerca das estruturas e modelos de desporto para pessoas com deficiência.

Metodologias de realização da ação

Sessões teóricas – Apresentação recorrendo a slides; Apresentação de vídeos; Exposição Oral e Debates.

Sessões práticas – Apresentação dos conteúdos recorrendo a dinâmicas; Experimentação e dinamização das modalidades abordadas no programa.

Carga Horária: 5 Horas

Programa:

❖ **24 de junho de 2022 (sexta-feira) – Auditório do Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão**

10:00 – Apresentação da modalidade de Para-Powerlifting

- Enquadramento histórico da modalidade
- Elegibilidade e classificação
- Regras e regulamentos específicos da modalidade
- Gesto técnico



Projeto (In)Formar e (Des)Envolver para Incluir

11:00 – Sessão prática com demonstração e experimentação da modalidade de Para-Powerlifting

12:30 – Almoço livre

14:00 – Apresentação da modalidade de Rugby em Cadeira de Rodas.

- Enquadramento histórico da modalidade
- Elegibilidade e classificação
- Regras e regulamentos específicos da modalidade
- Gestos técnicos
- Dinâmica de Jogo

15:00 – Sessão prática de demonstração e experimentação da modalidade Rugby em Cadeira de Rodas.

16:00 – Testemunhos de praticantes

16:30 – Fim dos trabalhos.

Formadores:

Equipa Técnica da FPDD

- Carlota Leão da Cunha – Mestre em Exercício e Saúde pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa (2010-2012); Licenciada em Ciências do Desporto pela Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (2007-2010); Certificado de formador pelo conselho Científico-Pedagógico da Formação Contínua na área de domínio A21 Educação Física – CCPFC/RFO-350867/15
- Hugo Silva - Licenciatura em Educação Especial e Reabilitação pela Faculdade de Motricidade Humana da Universidade técnica de Lisboa (1995-1999); Certificado de Competências Pedagógicas para a atividade de FORMADOR – CPP nº EDF 22846/2001 DL; Treinador de Desporto Adaptado (GI) TPTD nº3628
- Raúl Cândido – 9º ano escolaridade – Liceu Pedro Nunes (Lisboa); Curso de Formação Profissional – Monitor de Desporto para Deficientes – IEFPP/Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral de Lisboa; CAP nº EDF 30649/2003 DL; Treinador de Desporto Adaptado Grau II – Cédula nº 21974; Treinador de Boccia Grau I – cédula nº 21594





Projeto (In)Formar e (Des)Envolver para Incluir

Destinatários: Técnicos e Estudantes da área da Reabilitação e/ou do Desporto, Professores e Estudantes de Educação Física e/ou de Ensino Especial, Pessoas com Deficiência Motora, e público em geral.

Acreditação: Formação a Creditar junto do IPDJ para Treinadores de Desporto. Formação de Curta Duração a reconhecer pelo CEFOP LART para: Professores dos Grupos 260, 620, 910, 930;

Certificado: Será emitido um Certificado de Presença para a Formação

Inscrições:

- Gratuitas
- Através do link: <https://forms.gle/SFn7EDEcfCm9AxGw9>
- Limitadas a 40 formandos, por ordem de inscrição
- Data-limite para inscrições 22/06/2022

Além da Formação será dinamizado um segundo momento, com a realização do **Campo de Treino Regional de Rugby em Cadeira de Rodas do Sul**, para o qual estão convidados todos os formandos

Este terá lugar no dia **25/06/2022**, no **Pavilhão da Escola Básica 2. 3 da Alapraia**, com o seguinte programa:

9:00 – Primeira sessão de treino

Aquecimento: Mobilização articular

Treino Técnico:

- Mobilização da cadeira
- Passe e receção
- Bloqueio

12:30 – Almoço livre

14:00 – Segunda sessão de treino

Aquecimento: Mobilização articular

Treino tático:

- Saída de bola (inbound)
- Defesa na área

17:30 – Fim dos trabalhos

